



## **MENÚ ESCOLAR CEIP RIORTORTO** (XANEIRO)

		<b>1º PRATO</b>	<b>2º PRATO</b>	<b>SOBREMESA</b>
<b>PRIMEIRA SEMANA</b>	<b>LUNS, 9</b>	PURÉ DE VERDURAS	ZORZA CON CACHELOS	LÁCTEO
	<b>MARTES, 10</b>	FABADA	LOMO AO FORNO CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO
	<b>MÉRCORES, 11</b>	SOPA DE FIDEOS	PESCADA EN SALSA CON PATACAS	FROITA DO TEMPO
	<b>XOVES, 12</b>	COLIFLOR GRATINADA CON OVO COCIDO	POLO AO FORNO CON ARROZ	LÁCTEO
	<b>VENRES, 13</b>	GUISANTES CON XAMÓN	COSTELA ESTUFADA CON VERDURAS	FROITA DO TEMPO
<b>SEGUNDA SEMANA</b>		<b>1º PRATO</b>	<b>2º PRATO</b>	<b>SOBREMESA</b>
	<b>LUNS, 16</b>	ARROZ TRES DELICIAS	RAXO CON PATACAS	LÁCTEO
	<b>MARTES, 17</b>	CALDO GALEGO	BACALLAU AO FORNO CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO
	<b>MÉRCORES, 18</b>	FIDEUÁ	TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	FROITA DO TEMPO
	<b>XOVES, 19</b>	PURÉ DE CABAZA	PAELLA MIXTA	LÁCTEO
<b>VENRES, 20</b>	POTAXE DE GARAVANZOS	MILANESA DE PORCO CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO	
<b>TERCEIRA SEMANA</b>		<b>1º PRATO</b>	<b>2º PRATO</b>	<b>SOBREMESA</b>
	<b>LUNS, 23</b>	BRÓCOLI CON XAMÓN	PASTA Á BOLOÑESA	FROITA DO TEMPO
	<b>MARTES, 24</b>	LENTELLAS	PESCADA Á ROMANA CON PATACA PANADEIRA	LÁCTEO
	<b>MÉRCORES, 25</b>	SOPA DE FIDEOS	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA	TARTA DA AVOA
	<b>XOVES, 26</b>	XUDÍAS CON TOMATE	HAMBURGUESAS CON PATACAS	FROITA DO TEMPO
	<b>VENRES, 27</b>	ENSALADA DE CUSCÚS	ALBÓNDIGAS CON ARROZ	LÁCTEO
<b>CUARTA SEMANA</b>		<b>1º PRATO</b>	<b>2º PRATO</b>	<b>SOBREMESA</b>
	<b>LUNS, 30</b>	PURÉ DE CALABACÍN	PIZZA CASEIRA DE XAMÓN E QUEIXO	FROITA DO TEMPO
	<b>MARTES, 31</b>	OVOS RECHEOS	LOMO Á PRANCHA CON PATACAS	LÁCTEO

✚ Os menús correspondentes a este mes están supeditados a posibles cambios puntuais ou imprevistos que podan acontecer.

✚ **FROITA DO TEMPO:** mazá, plátano, kiwi, mandarina, pera, granada, macedonia...

**LÁCTEO:** iogur natural e de sabores.

